GUIA DE SOBREVIVÊNCIA DO CONCURSANDO

COLETÂNEA DE MENSAGENS PARA O SEU SUCESSO

Por: Wellington Antunes

SUMÁRIO

Wellington Antunes

Servidor Público Federal e Professor de Direito Constitucional

APRESENTAÇÃO

Olá, querido(a) leitor(a)!

Em 2003, iniciou-se minha trajetória no mundo dos concursos públicos. Desde então, deparei-me com muitas situações adversas, as quais tive de aprender a driblar para que eu pudesse alcançar minha vitória, o sonho de me tornar um servidor público. Nessa jornada, infelizmente, eu encontrei muitas pessoas (muitas mesmo) que, consciente ou inconscientemente, tentaram me desmotivar, com todo tipo de palavra negativa. Entretanto, graças a Deus, olhando sempre para o meu foco, eu consegui vencer.

Atualmente, sou servidor do Ministério Público da União, um dos mais respeitados órgãos do Brasil. Recentemente, também fui aprovado, em sétimo lugar, para o cargo de Consultor Legislativo da Câmara dos Deputados (estou aguardando a nomeação).

Hoje, além de me dedicar ao ensino – tarefa na qual me sinto realizado –, eu faço questão de renunciar boa parte do meu tempo para poder compartilhar, gratuitamente, sementes de motivação, pois acredito que esta seja fundamental para que não haja desistência durante a jornada.

Eu sei que a caminhada entre o momento em que sonhamos com a aprovação em um concurso público e a sua realização é longa e cheias de altos e baixos. Às vezes, encontramos até alguns "espinhos". Isso, embora não seja – em um primeiro momento – algo bom, acaba "filtrando" (estreitando) os que realmente estão dispostos a realizar seu sonho.

Nestes textos, que compartilho a seguir, além de conhecimentos adquiridos com pesquisa, você encontrará situações reais – e muitas delas acerca da minha caminhada –, as quais objetivam contribuir com a sua aprovação.

Essa é a missão deste material. Mantenha-o sempre por perto. Sempre que der aquela vontade de "chutar o balde" e desistir, respire fundo e conte até "mil", se necessário; recarregue sua bateria com as sementes de motivação; e continue sua jornada. A perseverança é a chave do sucesso.

Eu realmente acredito no instituto do concurso público. Ele, embora necessite de melhorias, é um relevante instrumento democrático de acesso aos cargos públicos. Vale muito à pena todo o esforço empreendido.

Sucesso na jornada.
Conte comigo!

O CONCURSANDO E O CEDRO DO LÍBANO

"O justo florescerá como a palmeira; crescerá como o cedro no Líbano".
(Salmos 92.12)

Na realização de projetos ou sonhos, um dos grandes "vilões" é a ansiedade em excesso, pois esta exerce um enorme peso sobre nós: principalmente, o peso do imediatismo.

Imediatismo, segundo o Dicionário *online* Priberam, é a tendência para o que é de obtenção, compreensão ou vantagem imediata.

Essa tendência à obtenção de vantagem imediata tem "contaminado" muitos concursandos, que, ao não verem, rapidamente, o resultado esperado, frustram-se e desistem do projeto logo após alguns dias ou meses de estudo.

Infelizmente, essa má tendência tem se alastrado e atingido muitas pessoas.

Para todo projeto, há um tempo determinado; para cada indivíduo, um tempo determinado. Não há nesse campo (estudo para concursos públicos) regras exatas ou inflexíveis. É necessário "dar tempo ao tempo" e continuar fazendo a parte que lhe cabe, especialmente, estudar, persistir, crer...

Ao analisar comparativamente a caminhada do concursando e o famoso Cedro do Líbano, pude perceber o quanto as características dessa árvore podem nos ensinar em nossa jornada na busca do cargo público.

Vejamos algumas delas.

1 – O Cedro do Líbano

O Cedro do Líbano (nativo desse país), também, é encontrado nas montanhas da Síria e da Turquia.

Essa árvore cresce bem devagar, entretanto, chega a atingir até 40 metros de altura e 14 metros de diâmetro no tronco. Nos primeiros três anos de vida, as raízes crescem até um metro e meio de profundidade. São bastante tolerantes à seca. Suas raízes buscam águas profundas. Aos quatro anos, o Cedro começa a crescer vinte centímetros por ano e, em geral, só aos quarenta anos, produz sementes. O Cedro é símbolo de força, continuidade e permanência. Há algumas dessas árvores que vivem entre 1000 e 3000 mil anos (Fonte: www.libano.org.br/o libano_ocedro).

2 – O Cedro do Líbano e o concursando

Pelo que vimos acerca do Cedro do Líbano, podemos sistematizar os seguintes pontos.

1º – O Cedro do Líbano é símbolo de força, continuidade e permanência.

Verdade prática – Essas características são essenciais àqueles que buscam a aprovação em concursos públicos. Sem elas, dificilmente, o concursando alcançará sua aprovação.

2º – O Cedro cresce bem devagar, porém alcança altura expressiva.

Verdade prática – Assim é, normalmente, a caminhada dos concursandos que alcançam a aprovação. Eles vão crescendo um pouquinho a cada dia; adicionando "um tijolo a cada dia", na construção do sonho. Com a continuidade e a disciplina, alcançam grandes vitórias. Chegam às alturas. São aprovados e nomeados.

3º – As raízes do Cedro buscam águas profundas nos lençóis freáticos. São árvores que não dependem exclusivamente de condições externas para crescer.

Verdade prática – Assim deve ser a jornada daqueles que, verdadeiramente, almejam a aprovação. Embora não seja fácil enfrentar as adversidades da vida, aqueles que as "driblam" são os que vão vencer. Não deixe que as notícias ruins te parem. Não deixe que a oposição te pare. Não deixe que o desânimo te pare. Não deixe que o imediatismo te pare. Avance em direção a seu sonho.

4º – O Cedro do Líbano pode levar até quarenta anos para começar a produzir sementes.

Perceba! Há um tempo para firmar as raízes. Há um tempo para desenvolvimento externo. E há um tempo para frutificar.

Verdade prática – Isso também vale para o guerreiro concursando. Há um período de firmar as raízes: estudo contínuo a fim de adquirir bagagem para começar a crescer externamente. Há um período em que a aprovação começa a aparecer. E, por fim, há um tempo em que o fruto floresce: a aprovação e a nomeação chegam (não estou dizendo que levará 40 anos para chegar à sua aprovação, apenas que há um tempo para que isso ocorra).

Se você está estudando, continue firme.

Sua vitória chegará.

Se você estava em dúvida se iria iniciar o projeto de estudos, inicie-o agora mesmo.

Corra atrás de seus sonhos!

COMO VENCER A PROCRASTINAÇÃO?

"O preguiçoso deseja e nada consegue, mas os desejos do diligente são amplamente satisfeitos".
(Provérbios 13.4)

Em nossas vidas, cada vez mais vemos como o tempo é precioso, e usá-lo de forma eficiente é fundamental para nosso sucesso.

Atualmente, temos muitas tarefas para desenvolver, entretanto, na maioria dos casos, não conseguimos realizar todas em virtude, principalmente, da falta dele: do tempo. É importante destacar, nesse ponto, o cuidado que temos de ter com os "roedores do tempo", pois estes o consomem expressivamente, sem, contudo, contribuir para a realização de nossos objetivos.

A falta de tempo é, sem dúvida, a justificativa apresentada por muitos para os projetos não realizados em suas vidas. Em algumas situações, isso é realmente verdadeiro; contudo, há, na maioria das vezes, casos de negligência com o uso desse bem precioso, falta de organização, preguiça, e, de forma muito marcante, há casos de procrastinação.

Mas... o que é procrastinação?

De forma bem simples, procrastinar é você não fazer o que precisa ser feito. Segundo o Dicionário Aurélio, procrastinar é "transferir para outro dia; adiar, delongar, demorar, espaçar, protrair. Usar de delongas, de adiamentos". Pela etimologia, a palavra procrastinação vem do latim *procrastinatus: pro-* (à frente) e *crastinus* (de amanhã). Em tradução livre, seria deixar o que precisa ser feito hoje para "à frente de amanhã". São sinônimos de procrastinar: adiar, espaçar, postergar, demorar, atrasar, protrair, prolongar, retardar, protelar, prorrogar, pospor, diferir, delongar e tardar.

No geral, a maioria da pessoas, em determinado momento da vida, já desenvolveu algum tipo de procrastinação; já adiou tarefas importantes. Quem nunca deixou alguma coisa para resolver na última hora? Por exemplo: estudar somente na véspera da prova na faculdade; fazer o trabalho na noite que antecede a sua entrega; estudar para o concurso somente após a publicação do edital, entre

tantas outras situações.

Quando essa atitude começa a impedir a realização dos projetos de vida, é necessário "puxar o freio de mão" e verificar o que precisa ser feito para corrigir esse elemento tão prejudicial à realização de sonhos: a procrastinação.

Normalmente, nós queremos deixar para depois aquelas coisas que julgamos difíceis, ou de que não gostamos, ou que achamos chato, ou de que temos medo, ou, ainda, aquelas tarefas que, após realizadas, não sabemos exatamente quais resultados decorrerão.

Há algumas máximas procrastinatórias que, consciente ou inconscientemente, podem prejudicar bastante o cumprimento de metas. Vejamos alguns exemplos.

"Por que fazer hoje o que pode ser feito amanhã?"; "Por que fazer amanhã o que pode ficar para depois de amanhã?"; "Deixa para amanhã"; "Depois eu vou tirar a carteira de motorista"; "Na próxima segunda eu começarei a dieta"; Na próxima semana eu começarei a estudar para o concurso público"; "Vou me matricular na academia no mês que vem". Há um número expressivo de pessoas que, embora não profiram essas palavras, vivem-nas com suas atitudes.

Vou aqui usar um acontecimento pessoal para mostrar como a procrastinação pode afetar nossa vida.

Eu, quando tinha uns 10 anos de idade, quase me afoguei. Em virtude desse acontecimento, eu criei um trauma e, em consequência, um medo de piscinas, mar, lagos, enfim, onde tivesse água, para mim, representava perigo. O tempo passou. Eu cresci. Porém o medo estava lá. Latente. Vivo.

Todas as vezes em que eu ia a algum lugar que tinha piscina, por exemplo, era uma frustração. Meus amigos me chamavam para nadar, para mergulhar e eu queria mesmo era ficar longe da água. Quando eu saía desses eventos, eu sempre dizia: vou procurar um lugar para aprender a nadar. Não dá mais para ficar assim! Eu preciso fazer isso! Mas, em poucos dias, quando eu começava a pensar em como seria enfrentar a piscina, eu logo arrumava alguma outra coisa para preencher meus dias. Essa situação me acompanhou por mais de 20 anos. Eu sempre arrumava um jeito de procrastinar o início das aulas de natação.

Um dia, após participar de um evento em um lugar onde havia muitas piscinas, eu saí fazendo um compromisso com meus amigos: no ano seguinte, quando retornássemos para aquele lugar, eu iria chegar já mergulhando nas piscinas. Isso foi em outubro. Como eu havia feito o compromisso, a coisa mudou bastante. Em dezembro, eu iniciei as aulas.

Lembro-me claramente de que eu quase desisti de ir à primeira aula. Mas havia feito, novamente, o compromisso de acompanhar alguns amigos que já

estavam participando das aulas. Eu fui e, resumindo, em pouco mais de 30 dias, eu estava nadando como um peixe. O dia em que eu consegui nadar de um lado ao outro da piscina semiolímpica foi, para mim, indescritível. Após vencer essa barreira, percebi o quanto eu havia supervalorizado aquele "trauma". O quanto eu havia proscrastinado.

Há pessoas que estão em situações parecidas nas mais diversas áreas da vida: procrastinam porque possuem medo de tirar a carteira de motorista (ou mesmo de enfrentar o medo de dirigir); procrastinam em iniciar uma dieta necessária; em fazer exercícios físicos; e, também, procrastinam em iniciar os estudos para concursos ou mesmo conduzi-los, de uma forma mais adequada, aos resultados que se esperam.

Às vezes, vamos postergando uma ação, mas chegará um dia em que o adiamento não será mais possível. Quando esse dia chega, "bate" um arrependimento, uma culpa e vêm perguntas como: "poxa, por que não fiz isso antes?"

Segundo o psicólogo Piers Steel – da Universidade de Calgary, no Canadá, autor de estudos sobre o assunto e do livro "A Equação de Deixar para Depois" (Editora Best Seller, 2012) –, o procrastinador quer cumprir a tarefa, mas, por algum motivo, não consegue. De acordo com Steel, a maioria dos adiadores vive culpada, tensa, estressada, ansiosa e com baixa autoestima por não conseguir se programar direito para fazer as coisas com antecedência. Após anos de estudo, o pesquisador canadense identificou três grandes elementos que determinam a procrastinação; assim, "de longe, os principais motivos pelos quais adiamos as coisas são falta de confiança, achar a tarefa chata ou pouco prazerosa e a distração provocada pela impulsividade", afirma o psicólogo.

Nos estudos para concursos públicos, essas três causas são devastadoras.

Primeiro – A confiança em si é fundamental. Faça a sua parte. Estude com disciplina e perseverança. A aprovação decorre da continuidade. "Ah, mas eu já reprovei em vários concursos públicos", "e a cobrança é grande". Talvez esse seja o seu caso, enfrente isso! A maioria dos que foram aprovados em concursos públicos reprovou também. Se você fez recentemente um concurso público e não alcançou a vitória, utilize essa experiência como vantagem competitiva. O que você deixou de fazer que o prejudicou? O que você fez que o prejudicou? O que precisa ser melhorado? Faça essa análise. Corrija o que for preciso e continue em busca de seu objetivo.

Segundo – "É muito chato estudar", "eu não gosto de estudar tal matéria", eu já ouvi isso muitas vezes. Quem pretende ser aprovado em concurso público não pode seguir essa ideologia. Observe: se o cargo que você pretende exige

conhecimentos em Informática, estude essa matéria. O examinador não deixará de exigir porque você não gosta. O concursando não possui o direito de escolher cada matéria que irá estudar. Quem foi aprovado teve de aprender a vencer as matérias "chatas". Qual a sua dificuldade? Em que matéria você sente mais dificuldade? Invista nesse ponto. Faça estudos dirigidos. Mas não procrastine!

Terceiro – A distração foi indicada como uma grande causa de procrastinação. A distração está muito relacionada à falta ou perda de foco. Um dos grandes desafios dos concursandos é permanecer focado durante todo o percurso. Se não tomarmos o cuidado, começamos a nos distrair com diversas outras coisas e acabamos, com isso, procrastinando o que realmente deveria ser priorizado. Cuidado!!! Não fique trocando o que é importante pelo que é urgente. Às vezes, exatamente, por causa da procrastinação, estamos cheios de coisas urgentes para fazer.

Uma medida bem simples que pode ajudar muito a vencer a procrastinação é: simplifique suas ações. Divida o seu macro-objetivo em micro-objetivos. Vou explicar melhor.

Imagine que você pretenda ser aprovado em um concurso para carreiras legislativas. Esse é o seu macro-objetivo. Quando olhamos para o todo, parece algo irrealizável. A pessoa pensa: "nossa, serão meses de estudos!". Sugiro, então, que você divida o projeto macro em projetos menores. Você pode, por exemplo, estabelecer metas menores: metas diárias, semanais, mensais. Além disso: quero estudar o regimento até o dia tal, quero fechar Direito Constitucional em tantos dias, enfim, estabeleça metas realizáveis em prazos menores. A satisfação de cumpri-las dará a você "gás" suficiente para querer cumprir outras e outras.

Outra coisa importante: na medida do possível, envolva outras pessoas, especialmente, para lhe cobrar. Seja cuidadoso nessa escolha. Coloque para andar com você aqueles que sonham junto com você. Quando eu estava aprendendo a nadar, meus amigos foram fundamentais. Eles me cobravam. Eles me motivavam. Eles me desafiavam. Isso foi muito importante.

Por fim, destaco que procrastinar ou não, no geral, é uma escolha. Decida não procrastinar. Hoje é o dia em que você pode fazer a diferença. O passado já foi. O futuro virá intimamente ligado ao presente. Não há mágica nisso. Suas decisões de hoje determinarão seu futuro.

VENÇA AS DESCULPAS E ALCANCE SUA VITÓRIA

"Quem observa o vento, nunca semeará, e o que olha para as nuvens nunca segará. "
(Eclesiastes 11.4)

Atribui-se a Benjamin Franklin a seguinte frase: "pessoas que são boas em arranjar desculpas raramente são boas em qualquer outra coisa".

As desculpas são as justificativas que sempre estão à nossa disposição quando precisamos demonstrar o motivo pelo qual não fizemos algo que deveria ter sido feito.

Nós temos diversos projetos a realizar: alguns mais imediatos; outros a médio ou a longo prazos. O fato é que a maioria das pessoas tem algum sonho, projeto ou plano que pretende ver realizado.

Isso é muito bom. Sonhar "acordado" nos faz muito bem. Como disse Aristóteles, "a esperança é o sonho do homem acordado".

Entretanto, entre o sonhar e o realizar está o executar. E é aqui que a situação merece maior atenção. Afirmo isso porque nós vivemos em uma sociedade altamente competitiva. Vivemos constantemente na correria. Isso nos deixa cansados. Essa correria em que vivemos, bem como os diversos fatores interligados à nossa atual sociedade, são pratos cheios para aqueles que "abortam" seus sonhos com "boas desculpas".

Se não tomarmos cuidado, arrumaremos, em cada esquina, uma "excelente e louvável" desculpa para as nossas desistências diárias. Há desculpas para todos os objetivos e de diversos tamanhos: para não estudar, para não seguir na dieta, para não ir à academia, para não sair da zona de conforto etc.

Roberto Shinyashiki ensina que "tudo o que um sonho precisa para ser realizado é de alguém que acredite que ele possa ser realizado".

Precisamos sonhar. Precisamos acreditar. Precisamos agir.

Note que não é tão fácil realizar os projetos, mas a realização é o que deseja-

mos. Para que isso ocorra, precisamos vencer as desculpas. Não estou afirmando que imprevistos não possam acontecer. Eles acontecem. Todos nós estamos sujeitos a eles. No entanto, há algumas pessoas que, até de forma inconsciente, já incorporaram uma verdadeira "cultura da desculpa".

No mundo dos concursos públicos, isso, infelizmente, tem acontecido com muita frequência. São pessoas capazes e hábeis que se entregaram às circunstâncias noticiadas pelos "profetas do caos". Não estudam porque ouviram dizer que não haverá mais concursos. Não estudam porque ouviram dizer que concurso é só para os escolhidos. Não estudam porque não têm tempo. Não estudam porque "tá frio". Não estudam porque estão chateadas. Não estudam porque o time perdeu. Não estudam porque o time ganhou...

Se nós nos prendermos a isso, não sairemos do lugar. Então, se realmente quisermos mudar nossa vida, precisamos vencer essas situações para que possamos alcançar nossa vitória. Sem dúvida, executar é uma das maiores dificuldades na realização do projeto porque, para que este se realize, teremos de deixar as desculpas de lado e colocar a mão na massa.

Perceba que sempre haverá uma "boa desculpa" para não fazermos o que precisa ser feito. Arrumar uma desculpa é a maneira mais fácil de fugir da realização do projeto ou das dificuldades que teremos de enfrentar para realizá-lo.

Normalmente, quando ficamos, a todo momento, tentando encontrar uma justificativa para não fazermos o que precisa ser feito, há medo e/ou ansiedade envolvidos (às vezes, preguiça mesmo). Geralmente, há medo da "derrota", medo da cobrança. Às vezes, são traumas anteriores que a pessoa quer evitar a todo custo.

Se você realmente quer alcançar sua vitória e realizar seus sonhos, hoje é o dia "D". O dia em que você vai enfrentar as situações que têm te impedido de avançar.

Diga "xô, desculpas!". Estabeleça suas metas e corra atrás delas.

É assim que você logo estará cantando o "hino da vitória".

Sucesso nessa jornada!

O CONCURSANDO E O PODER DA REPETIÇÃO

"E não nos cansemos de fazer bem, porque a seu tempo colheremos, se não houvermos desanimado."
(Gálatas 6.9)

Desde a mais tenra idade, aprendemos que não devemos repetir os mesmos erros, pois isso atrapalha e dificulta o crescimento na vida.

É interessante verificar o quanto a repetição pode nos ser benéfica (ou maléfica), a depender da ótica pela qual a observamos.

Às vezes, encontramos pessoas que dominam determinadas áreas do saber com tanta maestria que ficamos abismados, questionando se são pessoas com um "QI" diferenciado. Na verdade, além de muita dedicação e persistência, essas pessoas repetiram, repetiram, repetiram.

Vou te contar brevemente uma pequena experiência pessoal. Quando comecei a estudar para concursos, era tudo tão novo para mim que – confesso – pensei não ia conseguir. E pasmem: uma das matérias em que eu tinha mais dificuldade era a de Direito Constitucional. Naquela época, eu dizia: *"quero conseguir entender (e decorar), pelo menos, o artigo 1º"*. Comecei de forma bem modesta, né? Como era uma matéria fundamental para o alcance de minhas metas, fui para o ataque e enfrentei meu "gigante". Assim, eu estudava da seguinte forma: lia o artigo, anotava, fazia questões; lia novamente, anotava mais alguma coisa, fazia mais questões. Repeti isso diversas vezes.

Certa vez, estudando com um grupo de amigos, surgiu uma discussão acerca de um determinado artigo. Eu, de forma quase automática, citei o texto do artigo, comentei a doutrina e a jurisprudência, e algumas questões que já tinham sido exploradas em provas. Meus amigos ficaram meio surpresos, e eu mais ainda! Foi então que eu percebi que as coisas estavam mudando.

Com o passar do tempo, a matéria de Direito Constitucional foi ficando, a cada dia, mais palpável e apaixonante. Comecei a repetir esse processo de leitura, com anotações e exercícios dos demais artigos. O processo deu tanto certo

que me tornei professor de Direito Constitucional. Hoje sou apaixonado por essa matéria, que era a minha maior dificuldade.

Temos de pensar nos estudos como um processo cíclico, no qual, de tempos em tempos, precisamos voltar e repetir alguns passos anteriores para que possamos continuar avançando. Esse é o lado positivo da repetição; entretanto, temos de evitar a repetição dos mesmos erros. Isso é extremamente prejudicial. O concursando que repete os mesmos erros a cada concurso paga um preço muito alto. E não estou me referindo a questões financeiras; mas, mais especificamente, ao tempo que se levará para alcançar a aprovação. A depender do tipo de erro que esteja sendo repetido, é possível que a aprovação nem chegue.

Nesses mais de 10 anos envolvido com o mundo dos concursos públicos, tenho visto muitas pessoas repetindo os mesmos erros. Veja alguns deles:

- Pessoas que fazem todos os concursos que são abertos, independentemente da área (se saiu algum concurso, elas fazem). Isso não é bom!
- Pessoas que não estudam.
- Pessoas que leem, assistem a videoaulas, mas não anotam uma letra sequer. Elas acreditam que têm uma mente tão poderosa que as fará lembrar de tudo o que ouviram ou leram na hora de fazer a prova.
- Pessoas que, com um olho, assistem a aula; e, com o outro, estão antenadas em todas as redes sociais (não sou contra as redes sociais, mas penso que há hora para cada atividade).
- Pessoas que não fazem exercícios dos temas que foram estudados.
- Pessoas que não possuem planejamento de estudos.

Enfim, poderíamos listar diversos exemplos, mas acredito que já deu para entender. Destaco novamente: eu não estou compartilhando com você algo que li em livros ou que me falaram. Pelo contrário, eu estou mostrando a você a triste realidade de muitas pessoas que não perceberam que estão caminhando como certa música diz: *"deixa a vida me levar, vida leva eu..."* Você não precisa repetir esses erros!

Augusto Cury diz que: *"uma pessoa inteligente aprende com os seus erros, uma pessoa sábia aprende com os erros dos outros."* O melhor caminho é refletir acerca das atitudes diárias. O que é bom deve ser repetido; o que é ruim, abandonado.

Repita as atitudes vencedoras; repita a disciplina; repita a persistência; repita a autoconfiança!

Por fim, lembre-se de que, pela lei da semeadura, nós colhemos tudo o que plantamos. Então, analise o que você está colhendo nesse exato momento. Talvez esteja na hora de mudar "a semente", para que se mudem os frutos.

Sucesso!

COMO VENCER SEU MAIOR CONCORRENTE NOS CONCURSOS PÚBLICOS?

"Eu posso fazer tudo através Dele que me dá força".
(Filipenses 4.13)

Segundo dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) – conduzida pela IBGE –, há mais de 10 milhões de pessoas se "preparando" para concursos públicos no Brasil. Esses dados, por si só, têm feito muitas pessoas desistirem do seu sonho de se tornar servidor público. Atualmente, todos os concursos públicos contam com um número expressivo de inscritos: são os famosos "concorrentes".

Normalmente, quando vamos nos dedicar a um determinado concurso público, procuramos, entre outras informações, aquelas relativas ao número de inscritos, e, muitas vezes, a relação candidato/vaga é assustadora. Por exemplo: no concurso para o INSS de 2015, houve gerências executivas em que a relação candidato/vaga era de 24.950 candidatos para cada vaga.

Esse é um dado bastante expressivo; porém, quero mostrar a vocês algumas informações importantes acerca dessa realidade. Primeiramente, eu lhe pergunto: *"será que esses inscritos são o seu maior concorrente?"* Inicialmente, é fundamental destacar que **não há uma relação direta entre o número de candidatos inscritos e o número de candidatos que realizam a prova. Em geral, aproximadamente, 30% daqueles que se inscrevem em um concurso público sequer fazem a prova, ou seja, a abstenção, em média, é de 30%**. São aqueles que, ao tomarem conhecimento da publicação do edital, por um impulso, decidem fazer a inscrição; mas não estudam, não se preocupam com o concurso e, consequentemente, "caem na real": não há como disputar uma vaga sem estudar (é claro que há aqueles que não vão fazer a prova em virtude de um imprevisto). Apenas a título de exemplo, nesse concurso do INSS, mais de 270 mil inscritos não foram realizar a prova. Portanto, **não se deixe levar** pelo número de inscritos: **eles não são o seu maior concorrente**.

Um segundo ponto que eu gostaria de destacar é que não existe, também,

relação direta entre o número de candidatos inscritos – ou que realizam a prova – e o número daqueles que se prepararam adequadamente para o concurso. Embora não exista uma estatística específica acerca desse dado, nesses mais de 10 anos atuando no mundo dos concursos públicos, tenho visto que – com raras exceções – no máximo 10% dos candidatos estudam adequadamente, ou seja, que utilizam estratégias e métodos de estudos que poderão os levar à aprovação (há quem defenda que esse número não passa de 5%). A grande maioria dos candidatos, infelizmente, não possui planejamento de estudos, não estuda por meio de bons materiais, não sabe exatamente em que carreira querem atuar.

Retomando o exemplo do concurso do INSS, no qual havia mais de 1 milhão de inscritos, mais de 270 mil candidatos não fizeram a prova. Dos 800 mil restantes – aproximadamente –, cerca de 80 mil vão efetivamente disputar o cargo. Sendo assim, eu lhe pergunto novamente: *"será que esses são o seu maior concorrente?"* Eu te respondo: ***"Não são!"*** *"Então, professor Wellington, quem é o meu maior concorrente?" "O seu maior concorrente começa com a letra 'v' e termina com **'ocê'**"*.

É isso mesmo: **você é o seu principal concorrente**! Entretanto, não quero, com essa afirmação, dizer que o número de candidatos inscritos – ou que se preparam – não seja relevante. É claro que, ao tomarmos conhecimento do número de inscritos, bem como do número daqueles que se prepararam para o concurso, nós tenderemos a adotar atitudes diversas (quanto maior for esse número, em tese, mais rigorosa será a nossa preparação). Portanto, afirmo a você que esses 10% que se preparam não são o seu maior concorrente, e digo isso por alguns motivos:

1º: esses concorrentes não podem impedir você de se preparar para qualquer concurso público. Eles não podem interferir em seu planejamento de estudos, eles não têm "poder sobre sua mente". Quem decide se você vai estudar ou não é você mesmo. Os concorrentes não têm qualquer poder sobre isso.

2: é você que decide a forma pela qual irá estudar: se vai elaborar um bom planejamento ou não; se irá adquirir bons cursos ou não; se vai fazer resumos e exercícios; se vai estudar 1 hora por dia (ou 5 ou 10). Note que esses fatores estão totalmente alheios ao que nós chamamos de "concorrente". ***Eu sou o meu maior concorrente! Logo, só eu posso sabotar o meu projeto!***

Infelizmente, muitas pessoas, de forma consciente ou inconscientemente, têm sabotado o próprio sonho; pois, embora tenham o desejo de alcançar a apro-

vação em um concurso público, acabam praticando diversos atos incompatíveis com a realização desse sonho.

Retomando o tema do nosso texto, faço a seguinte pergunta: *"como vencer o seu maior concorrente?"* Dizem os estrategistas que, para nós vencermos o nosso adversário, nós precisamos conhecê-lo. Na Estratégia Militar de Sun Tzu, em a *Arte da Guerra*, encontramos o seguinte:

"Se você conhece o inimigo e conhece a si mesmo, não precisa temer o resultado de cem batalhas. Se você se conhece, mas não conhece o inimigo, para cada vitória ganha, sofrerá também uma derrota. Se você não conhece nem o inimigo nem a si mesmo, perderá todas as batalhas."

Então, nesse ponto, você tem uma grande vantagem! Ninguém conhece você melhor do que você mesmo. Você sabe quais são seus pontos fracos, suas fragilidades, seus questionamentos. Você sabe também quais atitudes têm atrapalhado a realização do seu sonho. Você tem todo o diagnóstico. Agora, é hora de definir o prognóstico, ou seja, é hora de mudar; é hora de lançar fora tudo aquilo que tem impedido o seu avanço. Só você pode fazer isso! É você que decide se vai estudar ou não. Então, vença o seu maior concorrente; vença os limites da sua mente; vença o gigante que está dentro da sua cabeça tentando lhe dizer que você não é capaz, que você não vai dar conta, que há muitos inscritos, que há poucas vagas, que o edital ainda não saiu...

Todas essas informações vêm do seu concorrente interior! É este com quem nós devemos nos preocupar. Você só precisa de uma vaga. Então, embora o concurso tenha muitos inscritos, a relação candidato/vaga – a relação real – será sempre um candidato para uma vaga: você para a sua vaga! É você e a sua vaga! Cada um precisa fazer a sua parte para conquistar a sua vaga. Há milhares de vagas disponíveis e previstas. Há milhares de concursos abertos e previstos.

Então, a hora é agora! Vamos fazer a diferença e vencer definitivamente o nosso maior concorrente! Vença a si mesmo a cada dia! Dê o seu melhor a cada dia: "Seja a sua melhor versão". Assim, efetivamente, você vencerá o seu maior concorrente, e, com isso, alcançará a sua vitória.

Sucesso!

CONCURSANDO, VOCÊ CONHECE O CHA DA APROVAÇÃO?

"Bem-aventurado o homem que acha sabedoria, o homem que adquire conhecimento".
(Provérbios 3.13)

Nesses mais de 10 anos envolvido com o mundo dos concursos, eu já conheci e utilizei diversas ferramentas, estratégias e técnicas destinadas à preparação para concursos públicos. E, neste texto, falarei sobre o **CHA da aprovação**. Você o conhece? Já o tomou?

Na verdade, não se trata de uma bebida mágica, embora, às vezes, dê uma vontade de tomar ou de consumir algo que nos permita ficar mais preparados. Mas, se o CHA da aprovação não é para beber, para que serve então? Vamos explicar.

Entre os temas inerentes à disciplina da Administração, em especial no que toca à Gestão de Pessoas, há a Gestão por Competências. De forma simples, Gestão por Competências poderia ser conceituada como o processo de conduzir os colaboradores para atingirem as metas e os objetivos de uma certa organização, utilizando-se, para isso, as competências técnicas e comportamentais dos próprios colaboradores. Note que a ideia nuclear gira em torno de dois eixos: **competências** e **metas**.

Se você está estudando para algum concurso público ou para o Exame de Ordem, isso demonstra que você possui **metas**. Entretanto, para que essas metas se concretizem, são necessárias algumas **competências** individuais.

Segundo Vilas Boas e Andrade (2009), *"as competências individuais, ou humanas, são características que o indivíduo deve possuir para auxiliar no cumprimento de objetivos"*. Esse conjunto de competências é representado pelo acróstico **CHA** – que se refere a **C**onhecimentos, **H**abilidade e **A**titude da pessoa ou da equipe de trabalho –, que irá possibilitar o diferencial competitivo da empresa.

Embora esses conceitos tenham sido desenvolvidos, principalmente, para o campo das organizações, é perfeitamente possível extrair deles algumas lições que, se aplicadas, poderão fazer grande diferença na sua jornada em busca da aprovação.

O CHA da aprovação

1. C – Conhecimento (saber): conhecimento é o saber teórico. É o conjunto de informações que você precisa absorver para que possa enfrentar seus desafios (a prova, principalmente). Esse conhecimento é adquirido por meio do estudo. E, aqui, vale uma ressalva importante: nós vivemos, segundo alguns estudiosos, na era do conhecimento. Há muita informação disponível, contudo, o maior desafio é saber filtrar aquelas que não contribuirão para o alcance de suas metas.

Nesse sentido, o concursando que estuda, por exemplo, por materiais desatualizados não está adquirindo o saber necessário ao atingimento de seu objetivo. Além disso, é fundamental saber, exatamente, o que estudar. É necessário existir direcionamento no estudo. Não dá para estudar tudo que vem pela frente, você precisa estudar com enfoque no seu alvo.

Outro ponto que deve ser destacado é: procure definir uma área na qual pretenda atuar. Isso facilitará a absorção do conhecimento, na medida em que a maioria dos concursos, dentro da área escolhida, exige, em grande parte, as mesmas disciplinas. Por exemplo: se você visa à carreira policial, normalmente, terá de estudar Direito Penal, Processo Penal e Legislação Extravagante. Com o tempo, seguindo os estudos nessa área, você terá adquirido uma boa bagagem.

O saber, portanto, é o conjunto de conhecimentos que você precisará absorver para que possa lutar por seu alvo. Contudo, não basta possuir conhecimento (saber). Além disso, é fundamental o saber fazer (habilidade).

2. H – Habilidade (saber fazer): conforme destacado, a habilidade é o saber fazer. O concursando que realmente pretende alcançar sua meta precisa saber utilizar as informações, as estratégias e as técnicas que estão disponíveis. Já comentamos que não basta estudar, é necessário **saber estudar**.

Nesses anos atuando na área de preparação para concursos, eu já vi de tudo um pouco. Já conheci vários candidatos que:

- querem passar, mas não querem estudar;
- estudam, mas não da maneira adequada;
- vão para a sala de aula, mas não anotam, sequer, uma letra;
- leem o dia todo, mas não fazem resumos, ou esquemas, ou mapas;
- estudam a teoria, mas não fazem exercícios.

Adquirir conhecimento é fundamental. Entretanto, saber utilizar esse conhecimento tem a mesma importância. São atos interdependentes. Com o conheci-

mento adquirido, você precisa aprender a fazer, ou seja, a utilizar o conhecimento.

– *"Mas, professor Wellington, como eu posso aprender a fazer?"* A principal maneira é resolvendo muitas questões de provas. Fazendo isso, você conseguirá verificar em quais pontos o seu conhecimento precisa ser melhorado, além de conhecer qual parte você já domina. Ademais, como grande parte das questões das provas se repete, você estará realizando "um treinamento" bem próximo ao que será exigido em sua prova. Fazer questões de provas anteriores é uma estratégia fundamental para que você aprenda o "saber fazer".

Contudo, o saber (conhecimento) e o saber fazer (habilidade) não gerarão resultados quanto ao seu alvo, se você não colocá-los em prática, ou seja, é preciso atitude: o querer fazer.

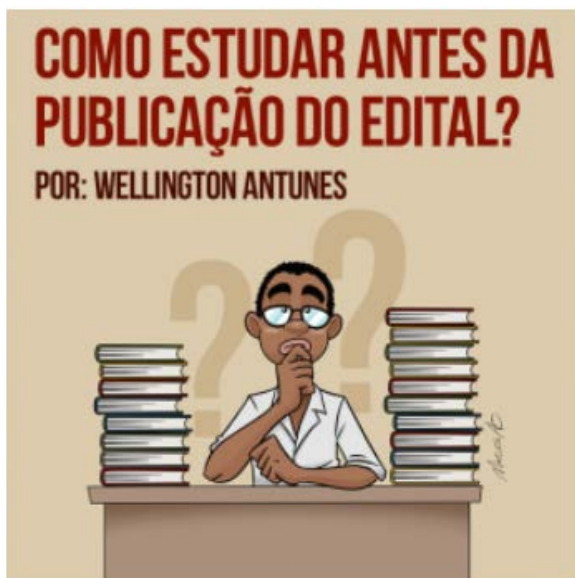
3. A – Atitude (querer fazer): a atitude está ligada à ação. Há um número expressivo de pessoas que possuem conhecimento e habilidade suficientes para alcançar uma aprovação. No entanto, quando analisamos o número das que estão dispostas a tomar atitudes em prol de seus objetivos, esse número reduz-se drasticamente.

Para que você alcance seu alvo, é necessária atitude. Um dos maiores obstáculos na jornada da preparação para concursos é a falta de atitude.

Atribui-se a Willian James a frase, segundo a qual *"a maior descoberta de minha geração é que o ser humano pode alterar a sua vida, mudando sua atitude mental"*.

Sucesso!

COMO ESTUDAR ANTES DA PUBLICAÇÃO DO EDITAL?

"Quem observa o vento não plantará; e quem olha para as nuvens não colherá."
(Eclesiastes 11.4)

Um dos grandes desafios no estudo para concursos públicos é a preparação antes da publicação do edital. Digo isso porque, quando temos um edital já publicado, tudo é mais fácil, pois sabemos exatamente o que precisamos estudar. Mas será que também é possível fazer uma preparação adequada e competitiva antes da publicação do edital? Como estudar de maneira eficaz antes de o edital ser publicado?

Na jornada diária dos concursandos, a palavra preparação é uma constante. E o que significa se preparar?

Segundo o Dicionário Aurélio, preparar-se significa "dispor com antecedência; aprontar, arranjar, prevenir; planejar com antecedência; premeditar."

Percebeu o porquê de a palavra "preparação" ser tão utilizada no mundo dos concursos? Aquele que, realmente, pretende alcançar um "lugar ao sol" necessita, com a devida antecedência, planejar toda a sua jornada. Trata-se de uma verdadeira premeditação do que será realizado, para que se possa alcançar o alvo pretendido.

O concursando, durante a preparação, precisa desenvolver um treinamento intenso e adequado, que o capacite a desenvolver as habilidades necessárias para enfrentar o nível de exigências que ele encontrará no dia de sua prova. Isso é fundamental àqueles que desejam alcançar, no menor espaço de tempo possível, a aprovação.

Embora muitos já saibam dessa importância, tenho percebido que são pouquíssimos os que se preparam da maneira adequada, pois ainda há um grande contingente de concursandos que somente iniciam, de verdade, os estudos após o lançamento do edital.

Isso é extremamente prejudicial. Digo isso porque, normalmente, a cada edital

lançado, percebe-se que, em regra, há acréscimos de novas matérias. Entretanto, na maioria das vezes, mesmo com esse acréscimo, não há um aumento do prazo entre a publicação do edital e a realização da prova, na mesma proporção. Ou seja, na verdade, os editais estão cada dia maiores, e o prazo para o treinamento, com isso, menor.

– *"Mas, professor, o edital ainda não saiu! Como devo estudar?"* Como ponto de partida, você pode colher informações do último edital. No geral, 60 a 70% dos conteúdos dos editais se repetem (com exceções pontuais). Pegue o último edital e inicie os estudos pelas matérias básicas, pois estas, geralmente, não sofrem alterações significativas de um edital para outro.

Por exemplo, talvez você que esteja lendo este texto tenha interesse pelas carreiras legislativas. O edital da Câmara Legislativa do DF está na iminência de ser publicado. Contudo, você não precisa esperar a publicação deste para iniciar seus estudos. Faça o que eu disse: pegue o último edital como ponto de partida!

– *"Mas, professor, o último edital é de 2005!"* Não há problema! Nesse caso, você deve iniciar sua preparação pelas matérias básicas, as quais, normalmente, estão presentes nos editais: Português, Direito Constitucional, Direito Administrativo, Lei Orgânica do DF, Regimento Interno da CLDF, Estatuto dos servidores civis do DF.

– *"Professor, essas aí eu já fechei. O que faço agora?"* Nesse caso, você pode analisar outros editais para cargos assemelhados e verificar quais são as outras matérias que vêm sendo exigidas. É recomendável que você verifique os outros editais da mesma banca para cargos semelhantes. Não havendo, consulte de outras bancas.

Conforme ressaltei, o importante é iniciar pelas matérias básicas, aquelas que sempre estão presentes. Adotando esse tipo atitude proativa, quando sair o edital, você estará bem à frente de seus concorrentes.

Essa medida simples, mas extremamente fundamental, poderá reduzir, significativamente, o tempo que você levará para realizar seu sonho.

Atribui-se a Anthony Robbins a frase *"o encontro da preparação com a oportunidade gera o rebento que chamamos sorte"*. Portanto, prepare-se! Tenha disciplina, persevere e acredite! Com certeza, agindo assim, a "sorte" virá ao seu encontro.

Sucesso!

OS 3 NÍVEIS DA PREPARAÇÃO DE ALTA PERFORMANCE

"Não andeis ansiosos quanto à vossa vida, pelo que haveis de comer ou pelo que haveis de beber; nem quanto ao vosso corpo, pelo que haveis de vestir."
(Mateus 6.25)

Vamos fazer uma breve reflexão sobre um tema muito importante para a nossa caminhada em busca da nomeação: "**os 3 níveis da preparação de alta performance**". Quando nós observamos os atletas profissionais participando das competições, seja uma olimpíada ou uma copa do mundo, percebemos que a preparação deles é levada muito a sério. Normalmente, esses atletas saem de uma competição já pensando na próxima. Em pouco tempo, já estão se preparando para outra competição que, às vezes, ocorrerá dois, três ou quatro anos depois. Isso mesmo! Há atletas que se preparam de três a quatro anos para participar de uma olimpíada, por exemplo. Nesses casos, o foco é direcionado para resultados a médio ou longo prazos.

Se mudarmos a vertente para o mundo dos concursos públicos, notaremos que não há muitas diferenças. A cada dia, sabe-se que os concursos estão mais exigentes. Além disso, com a diminuição do número de vagas imediatas, a concorrência aumenta. Consequentemente, decorre a necessidade de investir adequadamente na preparação. Atualmente, não basta apenas estudar.

Eu me recordo que, quando iniciei meus estudos para concursos públicos (no final de 2003), os professores diziam: *"Quer passar? Então, estuda"*. Isso era suficiente, ou seja, tínhamos de estudar, estudar... Não havia muita preocupação com estratégias ou técnicas mais apuradas de estudo.

Porém, os tempos mudaram; as bancas mudaram; e o nível de exigência nos concursos também mudou. Agora, estudar isoladamente não resolve tudo (é claro que continua sendo muito importante). O candidato que pretende realmente alcançar um lugar ao sol precisa quase se profissionalizar na preparação para concursos públicos. Essa nova ótica acerca da preparação para os concursos pú-

blicos, é o que chamo de preparação de alta performance. Trata-se de uma preparação em que você buscará atingir todas as suas potencialidades; explorar ao máximo suas habilidades; e, além disso, trabalhar pontualmente em suas possíveis fragilidades. Tudo isso para que, no menor espaço de tempo possível, você consiga alcançar a sua vitória.

Nesse tipo de preparação, o candidato precisa investir nos três níveis ou dimensões da preparação. Três níveis ou dimensões da preparação? Isso mesmo. Os três níveis da preparação de alta performance são: a preparação intelectual ou de conteúdo; a preparação física; e a preparação emocional. Quando o candidato toma ciência dessa realidade e a encara, os resultados são potencializados. Vamos então entender como funciona cada um desses níveis.

Primeiro nível da preparação de alta performance
PREPARAÇÃO INTELECTUAL OU DE CONTEÚDO

Nesse primeiro nível, encontra-se a face mais conhecida no mundo dos concursandos: a preparação intelectual ou de conteúdo. Refere-se aos estudos em si, é a bagagem necessária que você precisa adquirir para enfrentar as provas. Sem ela, é praticamente impossível a aprovação. Como eu disse, durante muito tempo, dizia-se e acreditava-se que estudar era o suficiente. Atualmente, conforme já destaquei, não basta apenas estudar, é necessário saber estudar.

O saber fazer é fundamental para que os resultados venham. Você já parou para pensar no número de pessoas que estudam anos e anos, mas que não conseguem alcançar seus resultados? Eu sei que cada pessoa possui um tempo certo para absorver a bagagem necessária à aprovação; entretanto, tenho visto alguns concursandos que estudam há mais de quatro ou cinco anos – ou até mais, às vezes – e não alcançam a aprovação. Isso não é normal! É necessário analisar como o processo está sendo desenvolvido. Já orientei concursandos que não eram aprovados porque repetiam os mesmos erros, dia após dia.

E quais são os principais erros cometidos na preparação? Dentre vários, os principais são os seguintes.

- Não há um alvo predefinido: se você não tem um alvo predefinido, isso dificultará e, em alguns casos, até impedirá a realização do seu projeto. Como realizar algo que não se sabe o que é? Como chegar a algum lugar se não for definido, previamente, o ponto de chegada? Quando o alvo não é predefinido, o concursando vai de um lado para outro, realizando concursos totalmente distintos quanto às áreas de atuação, que, no final das contas, só gera cansaço e frustração. Em virtude dessa in-

definição, muitos acabam desistindo do projeto, "achando que concurso não é para eles".

- Outro erro muito comum, e bastante prejudicial, é a falta de planejamento. O planejamento funciona como um GPS. Se você sabe aonde quer chegar, o GPS vai conduzi-lo pelo caminho mais rápido possível.
- Outro erro que tenho visto com muita frequência, é a utilização de materiais inadequados. Nesse quesito, atualmente, com o avanço da tecnologia e a facilidade de acesso a materiais com professores especializados, encurta-se o caminho para a aprovação. Há diversos materiais didáticos de motivação e de estratégias de estudo.
- Há, ainda, o erro do imediatismo. São pessoas que acreditam que a regra é estudar dois ou três meses e já ser aprovado. Isso é a exceção. Em regra, o processo demora um pouquinho mais. Só que muitos, não entendendo que há um tempo determinado para a realização do projeto, acabam se "chateando" e dele desistindo.

Segundo nível da preparação de alta performance
PREPARAÇÃO FÍSICA

O segundo nível da preparação de alta performance refere-se à preparação física. São pouquíssimos os concursandos que dão atenção a esse nível, e ele é fundamental para que você alcance sua vitória.

Vou te contar um pouquinho do meu exemplo pessoal: a prova para Consultor Legislativo, do dificílimo concurso da Câmara dos Deputados, para o qual eu concorri (e que, graças a Deus, fui aprovado em sétimo lugar), tinha 120 questões objetivas e mais quatro provas discursivas (cada prova discursiva tinha 120 linhas). Isso mesmo! Quatro provas discursivas de 120 linhas cada. Quando eu estava me preparando, normalmente aos finais de semana, eu reservava nove horas por dia para simular a prova objetiva e a discursiva que eu iria enfrentar dias à frente.

Perceba: se, no dia do concurso, eu teria de enfrentar nove horas diante da prova, eu precisava treinar fisicamente para isso durante a minha preparação. Note que não é fácil ficar nove horas, por dia, assistindo a bons filmes. Mesmo que os filmes sejam perfeitos, é cansativo. Agora, imagina ficar nove horas sentado, normalmente, numa cadeira dura, com uma pessoa diante de você informando que seu tempo está acabando. Além disso, durante essas nove horas, há diversos outros fatores, como o peso em nossos ombros da cobrança pessoal e de terceiros.

Note que eu nem me referi à fase física para os concursos voltados à carreira policial. Nesses concursos, a fase de provas envolve testes de aptidão física.

Normalmente, entre 20 e 30% dos concursandos aprovados nas provas objetiva e discursiva são reprovados no teste físico. Se tirarmos os casos pontuais de abusos cometidos pela banca examinadora, bem como de situações específicas de saúde de alguns candidatos, infelizmente a maioria dos que reprovam falhou na preparação. Perceba que a preparação intelectual ou de conteúdo precisa estar alinhada à preparação física. Elas são interdependentes.

Terceiro nível da preparação de alta performance
PREPARAÇÃO EMOCIONAL

O terceiro e último nível da preparação de alta performance é a preparação emocional. Embora, normalmente, as pessoas deem mais atenção à preparação intelectual ou de conteúdo, a preparação emocional – para mim – é tão importante quanto aquela. Não estou dizendo que com emoções, apenas, você vai ser aprovado. Não é isso! Mas o fato é que, se você não estiver com sua preparação emocional em dia, você não consegue estudar e nem se preocupar com a questão física.

A preparação emocional interfere diretamente nas duas anteriormente comentadas. Nesse nível de preparação, o candidato precisa saber lidar com as frustrações que fazem parte da caminhada. Além disso, precisa saber lidar com a ansiedade. A ansiedade, em excesso, impede a pessoa de tomar decisões prudentes. Pessoas muito ansiosas ou não tomam determinadas decisões por medo, ou tomam decisões precipitadas, no extremo oposto. Os dois extremos são bastante prejudiciais.

Ainda, na preparação emocional, o concursando precisa saber filtrar as diversas informações, principalmente as negativas, que se lhe apresentam diariamente. São críticas, são mentiras sobre concursos, são declarações que desencorajam, que desmotivam etc.

Perceba: se esses três níveis estiverem interconectados em sua jornada, tudo será bem menos difícil.

Analise como está a sua preparação. Veja se está deixando a desejar em alguns desses níveis. Corrija hoje mesmo e mude o rumo de sua jornada.

Invista na sua preparação intelectual ou de conteúdo! Dê atenção especial para a preparação física e, por fim, diariamente, agarre-se à preparação emocional, pois esta, se deixada de lado, pode impedir os frutos das outras duas.

Sucesso!

VOCÊ CONHECE AS 4 REGRAS DE OURO DA APROVAÇÃO?

"Sigam fielmente os termos desta aliança, para que vocês prosperem em tudo o que fizerem."
(Deuteronômio 29:9)

Em tema de concursos públicos, ou Exame de Ordem, a aprovação é o que realmente queremos. Então, há alguns itens que não podem faltar em nossa jornada, sob pena de não atingirmos nosso alvo. Esses itens essenciais eu chamarei de "regras de ouro". Destaco que há diversos itens que poderiam ser abordados, mas, neste texto, cuidarei de 4 regras de ouro que julgo mais relevantes.

REGRAS DE OURO QUE O LEVARÃO ATÉ A APROVAÇÃO

1ª Regra de ouro: Planejamento

Infelizmente, há ainda uma certa resistência de alguns concursandos em investir no planejamento, sob a alegação de que seria "uma perda de tempo". Esse é um erro gravíssimo, que custa bem caro. Digo isso porque a preparação para um projeto tão importante – como o concurso público – não pode estar baseada em "achismos". Com o aumento do nível de exigência das provas, somado ao prazo cada vez mais exíguo para a preparação, diante da quantidade de matérias que temos de estudar, o planejamento é uma peça chave para o êxito nessa empreitada.

O planejamento é o processo que leva ao estabelecimento de um conjunto coordenado de ações visando à consecução de determinados objetivos. Quando planejamos, podemos saber como será o passo a passo em direção à nossa vitória. Isso evita, entre outras coisas, o desperdício do nosso valioso tempo.

Um dia li a seguinte frase, cuja autoria é desconhecida: ***"cada mergulho sem planejamento será seu afogamento no raso."*** Essa é uma grande verdade. Há um número expressivo de pessoas se afogando no raso quando o assunto é preparação, pois elas não se programam e nem planejam.

Na fase do planejamento, você deve definir aonde quer chegar (foco) e quais os passos que serão dados para chegar. Após o planejamento, é necessário sair do plano da teoria e executar o que foi previamente definido. Segundo Margaret

Thatcher: *"planeje seu trabalho para hoje e todos os dias, em seguida, trabalhe o seu plano"*.

Ao aplicar a 1ª regra de ouro em sua jornada, você contribui expressivamente para a realização do seu projeto. O planejamento tem tudo a ver com o resultado futuro dos atos que você pratica hoje. Peter Drucker disse que *"o planejamento de longo prazo não lida com decisões futuras, mas com o futuro de decisões presentes"*.

"Boa sorte é o que acontece quando a oportunidade encontra o planejamento" (Thomas Edison).

2ª Regra de ouro: Não Procrastinar

Procrastinar, de forma bem simples, é você não fazer o que precisa ser feito. Segundo o Dicionário Aurélio, procrastinar é "transferir para outro dia; adiar, delongar, demorar, espaçar, protrair. Usar de delongas, de adiamentos". Etimologicamente, a palavra "procrastinação" vem do latim *procrastinatus (pro:* à frente; e *crastinus:* de amanhã). Em tradução livre, **seria deixar o que precisa ser feito hoje para "à frente de amanhã"**. São alguns sinônimos de procrastinar: adiar, espaçar, postergar, demorar, atrasar, protrair, prolongar, retardar, protelar, prorrogar, pospor, diferir, delongar e tardar.

Em geral, a maioria da pessoas, em determinado momento da vida, já desenvolveu algum tipo de procrastinação, já adiou tarefas importantes. Quem nunca deixou alguma coisa para resolver na última hora? Por exemplo, muitas pessoas somente decidem estudar, de forma séria, após a publicação do edital.

Porém, quando essa atitude começa a impedir a realização dos projetos de vida, é necessário "puxar o freio de mão" e verificar o que precisa ser feito para corrigir esse obstáculo tão prejudicial à realização de nossos sonhos.

Normalmente, nós queremos deixar para depois aquelas coisas que julgamos difíceis; ou de que não gostamos; ou que achamos chato; ou de que temos medo; ou, ainda, aquelas tarefas que, após realizadas, não sabemos exatamente quais resultados decorrerão.

Há algumas máximas procrastinatórias que, consciente ou inconscientemente, podem prejudicar bastante o cumprimento de metas, por exemplo: *"Por que fazer hoje o que pode ser feito amanhã?"; "Por que fazer amanhã o que pode ficar pra depois de amanhã?"; "Deixa pra amanhã..."; "Depois eu vou tirar a carteira de motorista"; "Na próxima segunda eu começarei a dieta"; "Na próxima semana eu começarei a estudar para o concurso público"; "Vou me matricular na academia no*

mês que vem", e assim por diante. Ou seja: há um número expressivo de pessoas que, embora não profiram essas palavras, vivem-nas com suas atitudes.

Isso é uma realidade na vida de muitas pessoas que conheço, principalmente em relação aos concursos públicos. Elas querem se tornar servidores públicos e sabem que, para isso, precisam estudar. Contudo, vivem adiando essa importante decisão. Se você estiver passando por isso, tome uma atitude hoje mesmo! Saia da zona de conforto! Mude suas atitudes. Com isso, certamente, os resultados também mudarão. Não adie mais!

Há um provérbio que diz: "*adie por um dia, e dez dias passarão.*" Reflita e mude!

3ª Regra de ouro: Não Desista

Essa regra é tão importante que poderia ser chamada de **DIAMANTE**.

Se você está na jornada em busca dos seus sonhos, precisa estar ciente de que terá de enfrentar o cansaço, o sono, a renúncia a alguns compromissos sociais, a redução de alguns tipos de lazer, entre diversos outros pontos.

Merecem destaque, ainda, a necessidade de se preparar psicologicamente para as possíveis reprovações no percurso e, também, o saber lidar com as pessoas que sempre lhe tentam colocar "pra baixo". Tudo isso faz parte da caminhada! São coisas que você não chama, nem envia convite de amizade no Facebook ou Instagram, mas elas vêm e se apresentam mesmo sem ser convidadas.

Para enfrentar isso, além de acreditar em si, você precisa ter um foco bem definido, saber exatamente aonde quer chegar (lembre-se de que isso se define no planejamento). Todas as vezes que se deparar com essas situações acima descritas, você precisa:

1º) Se lembrar que elas já estavam "previstas"; logo, não são surpresas para você. Sugiro que você pergunte aos vencedores se eles tiveram de enfrentá-las.

2º) Olhar para o foco, para o alvo. Enquanto não tiver alcançado, a máxima é: tenho um alvo e nada vai me parar.

Embora desistir seja uma decisão fácil, é uma das mais frustrantes.

Muhammad Ali disse que "*odiava cada minuto dos treinos, mas dizia para si mesmo: 'Não desista! Sofra agora e viva o resto de sua vida como um campeão'*".

Thomas Edison, por sua vez, disse que "*nossa maior fraqueza está em desistir. O caminho mais certo de vencer é tentar mais uma vez*".

Então, não desista do projeto! Não pare no meio do caminho!

Por fim, lembre-se de que os desistentes nunca conhecerão o "sabor da vitória". Persevere, seja constante. A determinação é a marca dos vencedores.

4ª Regra de ouro: Resiliência

A **resiliência** pode ser definida, segundo o Dicionário Aurélio, como a "propriedade que alguns corpos apresentam de retornar à forma original após terem sido submetidos a uma deformação elástica".

De forma menos técnica, poderíamos dizer que é a capacidade que o indivíduo tem para lidar com problemas, superar obstáculos ou resistir à pressão decorrente de situações adversas.

"A pessoa resiliente é aquela que não se quebra na tempestade, mas se deixa curvar pelo vento para não ser arrancada. Depois, recupera-se e segue adiante" (autor desconhecido).

Resumindo: após momentos difíceis, precisamos "sacudir a poeira e bola 'pra' frente".

Isso é imprescindível para quem pretende alcançar a vitória – a aprovação –, pois, em nossa caminhada, teremos de saber com lidar, conforme já destacamos, com reprovações, com estresse, com cansaço, com renúncia, entre outras tantas coisas que poderíamos listar.

Como diz um provérbio japonês: "cair sete vezes e levantar oito".

Portanto, caro(a) amigo(a), se você quer realmente alcançar seu objetivo, aplique, no mínimo, essas quatro regras de ouro!

Sucesso!

O CONCURSO PÚBLICO E A DIETA: COMO ALCANÇAR A META?

Sabemos que um número expressivo de pessoas, diariamente, dedica-se aos estudos para concursos públicos visando alcançar o tão sonhado "lugar ao sol" – o cargo público, a estabilidade, uma remuneração diferenciada, uma qualidade de vida melhor.

Da mesma forma, há outras milhares de pessoas, buscando boa saúde, ou "perder uns quilinhos", ou definição do corpo, ou sair "bonito (a) na foto" no próximo verão. Para tanto, elas fazem dietas alimentares diariamente, normalmente conjugadas com treinamentos físicos.

Ser aprovado em um concurso público exige vontade, decisão, disciplina, foco, constância no propósito, perseverança, determinação, entre outras atitudes vencedoras. Nessa mesma linha, aquele que deseja "perder uns quilinhos", por exemplo, precisa implementar, praticamente, todas essas atitudes. Embora não seja tarefa fácil alcançar essas metas, elas também não são impossíveis.

A questão é que, normalmente, há muita vontade e, infelizmente, pouca atitude. Vontade sem atitude não resolve. Já ouviu falar que segunda-feira é "o dia internacional da dieta"? Pois bem, muitos possuem a vontade de iniciar uma dieta ou de matricular-se em uma academia; mas, às vezes, essa vontade "bate" em uma terça-feira, e o ser humano diz: "na próxima segunda-feira eu resolvo isso". Quem realmente pretende alcançar metas, seja em que área for, precisa agir. Hoje é o seu dia. Faça hoje! Sonhos sem atitudes viram utopia (e frustração!).

Eu conheço – e já conheci nesses mais de 10 anos envolvido com concursos públicos – várias pessoas que desejam bastante passar em um concurso público. Entretanto, pouquíssimas tiveram a coragem de transformar esse desejo em ação (e, aqui, ação significa começar e somente parar quando a meta tiver sido alcançada). Começar hoje e parar amanhã é o que a maioria faz. Você já percebeu que a maioria das pessoas não consegue fazer, corretamente, uma dieta? Já notou, também, que a maioria delas diz que quer passar em um concurso público e não vai muito longe?

Ora, quem pretende alcançar metas não pode imitar essa maioria. Não pode

praticar os mesmos atos. É necessário fazer o que a minoria, que alcança, faz. Há um ditado popular, segundo o qual: *"para alcançar o que maioria não alcança, é necessário fazer o que a maioria não faz."* Pense nisso!

Deixa eu lhe contar uma coisa: houve uma época na minha vida em que eu estava com tantas atribuições que deixei de fazer exercícios físicos e estava me alimentando muito mal. Eu trabalhava e estudava em um ritmo frenético. Isso estava me prejudicando bastante. Decidi, então, mudar alguns hábitos: procurei um especialista, tanto na questão alimentar quanto na dos treinos, e comecei a frequentar uma academia. Antes de começar a treinar, eu ficava imaginando: "quando eu chegar à academia, vou correr uns 10 quilômetros, vou 'puxar bastante peso' e, em pouco tempo, estarei 'sarado'". Quando eu comecei a treinar, eu não consegui correr nem 1 quilômetro (fiquei chateado). Lembro que, quando fui fazer a musculação, havia aparelhos que eu somente conseguia levantar o peso do próprio aparelho (sem carga alguma). Eu olhava para algumas pessoas levantando muito peso e eu me sentia inferior. Eu pensava: "acho que isso não é para mim". Mas, como eu tinha uma meta, eu continuei, e as coisas iam mudando naturalmente. Comecei a correr distâncias maiores a cada dia, e as cargas foram aumentando. Eu venci essa fase. E quero, destacar algo bem relevante: aqueles, que estavam "puxando" tanto peso quando comecei a malhar, iniciaram sua trajetória com cargas bem leves. Com o tempo, conforme a constância, as coisas foram mudando.

É interessante verificar como essa realidade é similar ao que acontece na preparação para concursos públicos. Muitas vezes, começamos a nos comparar com outras pessoas que já estão na jornada há mais tempo e, algumas vezes, pensamos que concurso não é para nós. Mas isso não é verdade!

Não adianta ficar sofrendo porque não dá para estudar 6 ou 8 horas por dia. Faça as coisas acontecerem dentro de sua realidade: se você só tem 2 horas por dia para estudar, dê o seu melhor. Faça com que essas 2 horas sejam as mais produtivas possível. Dificilmente, teremos todas as condições favoráveis à nossa disposição. Diz um provérbio bíblico que *"quem fica observando o vento não plantará, e quem fica olhando para as nuvens não colherá"*.

Concurso público não é tarefa somente para gênios ou pessoas superdotadas. Na verdade, na maioria dos casos, os aprovados são pessoas que decidiram mudar de vida, que não se conformavam com o status em que se encontravam e correram atrás de suas metas.

Então, seja dieta ou concurso público, ou quaisquer objetivos, se você realmente deseja alcançar metas:

1º) Inicie hoje mesmo seu projeto. Pare de adiar. Pare de "jogar para a segunda-feira". Pare de se autossabotar. Elabore um planejamento e "mãos à obra". Atitude é o que faz a diferença.

2º) Procure ajuda especializada. A orientação adequada é fundamental para o alcance das metas no menor espaço de tempo possível.

3º) Esteja disposto a mudar de hábitos. Embora as mudanças não sejam tarefas fáceis, elas são necessárias à realização de suas metas.

4º) Entenda que há um tempo para as coisas acontecerem. Ninguém alcança o corpo perfeito (de forma saudável) da noite para o dia. Da mesma forma, a aprovação passa pelo teste do tempo. A ansiedade demasiada atrapalha; o imediatismo do nosso século precisa ser contido. A cada dia, coloque, pelo menos, um tijolo na sua construção. Quando menos esperar, ela estará finalizada.

5º) Não desista do projeto. Não pare no meio do caminho. Os desistentes nunca conhecerão o "sabor da vitória". Persevere; seja constante: a determinação é a marca dos vencedores.

6º) Não fuja de seu planejamento. Não caia em "tentações". Tanto na dieta quanto na preparação para concursos, isso é muito importante. Se você está na dieta, alimente-se daquilo que lhe foi indicado. É o que lhe levará à realização da meta. Está estudando para concursos? Qual a área na qual você pretende atuar? Não fuja do seu alvo; não saia "saboreando" todo edital que seja publicado. Aprenda a dizer não para essas "tentações". Lembre-se de que você tem uma meta a alcançar.

7º) Faça a sua parte. O que estiver ao seu alcance, faça; realize. Não meça esforços na concretização de sua meta. O maior concorrente que você possui é você mesmo. Esteja disposto a ir além a cada dia.

8º) Encare sua realidade: não fique esperando todas as coisas conspirarem a seu favor para começar a agir. Faça acontecer; seja proativo. Como diz uma canção, *"quem sabe faz a hora, não espera acontecer"*.

QUAL É O SEU ALVO?

"(...) esquecendo-me das coisas que atrás ficam, e avançando para as que estão diante de mim, prossigo para o alvo, pelo prêmio da soberana vocação de Deus em Cristo Jesus."
(Filipenses 3. 13-14)

"Qual é o seu alvo"?

Segundo o Dicionário Aurélio, alvo é um ponto a que se dirige o tiro; mira, ponto de convergência, fito, intento. O alvo é o que realmente queremos alcançar. É o nosso foco. É a nossa meta. Observe alguns sinônimos: objetivo, finalidade, propósito, interesse, motivo, desígnio, intuito, fim, escopo.

Todos nós, em maior ou menor escala, possuímos sonhos, objetivos e metas. Alguns sonhos se referem a algo material; outros, não. Há aqueles que sonham "bem alto"; outros, nem tanto. Mas o fato é que todos, no geral, possuímos sonhos e metas a serem alcançadas. E isso é muito importante. Augusto Cury ensina que "sem sonhos, a vida não tem brilho. Sem metas, os sonhos não têm alicerces. Sem prioridades, os sonhos não se tornam reais."

Assim, precisamos sonhar. Precisamos estabelecer metas e, por fim, priorizar a sua realização. E, nesse projeto, saber exatamente aonde se pretende chegar é fundamental. Para atingirmos um alvo, necessitamos, previamente, estabelecer o próprio alvo, pois todo o nosso planejamento será organizado em consonância com o que se pretende atingir. Se você não sabe, exatamente, aonde quer chegar, como poderá montar um projeto que lhe leve ao seu alvo? Isso vale para todas as áreas de nossa vida, inclusive na preparação para concursos públicos. Defina o que você quer.

Nesses mais de 10 anos envolvido, e comprometido, com o mundo dos concursos públicos, eu já conheci muitos alunos que não possuíam um alvo determinado. Pessoas que, ao serem questionadas para qual concurso estavam estudando, sem objeção, diziam: "eu quero passar em qualquer concurso".

Embora seja justificável essa vontade de passar em um concurso, atitudes como essa não contribuem para a realização da meta. Na verdade, podem prolongar e até impedir o seu cumprimento.

Ao colocar em prática essa vontade de passar em qualquer concurso, o que se vê é: hoje a pessoa está estudando para policial militar; começa a estudar para enfermeiro; depois para técnico de contabilidade; médico, para professor, para prático, para astronauta... Também já vi aqueles que fazem inscrição para todos os concursos que são lançados. Isso não é bom. Não ajuda. É necessário ter um alvo.

A cada dia, as bancas examinadoras aumentam o número de matérias que são exigidas nos concursos. Se o candidato começar a estudar para concursos com características tão distintas, dificultará, e muito, o alcance da meta – a aprovação. É, humanamente, impossível absorver tanto conteúdo. Não queremos passar o resto da vida estudando, não é mesmo? Então, sugiro que você analise "qual é o seu alvo?"

Acompanhe três passos simples que podem lhe ajudar bastante.

1º passo – Estabeleça uma área na qual tenha interesse de trabalhar. Por exemplo: área policial, área judiciária, agências reguladoras, ministérios, área da saúde etc.

2º passo – Dentro dessa área, defina um cargo como referência. Por exemplo: agente da polícia civil. Nessa etapa, é possível detalhar um pouco mais e escolher, também, o lugar exato em que se pretende atuar, como, por exemplo, Câmara, Senado, ABIN, Receita Federal, CGU, PF, PC-GO, PC-DF etc.

3º passo – estabeleça o planejamento voltado para esse alvo específico. Lembre-se: se você não sabe exatamente aonde quer chegar, como poderá elaborar um planejamento? Como poderá saber se está caminhando na direção correta?

Eu já ouvi alguns "retrucarem": "ah, então eu somente poderei fazer aquele concurso específico? E se ele demorar muito a ser publicado?

Não é isso! Lembre-se de que, em primeiro lugar, você estabeleceu uma área de interesse. Dessa forma, você pode desenvolver o projeto realizando concursos que tenham afinidade com a área de atuação escolhida. Vamos considerar duas situações hipotéticas para elucidarmos um pouco mais o ponto em questão.

1º exemplo – O alvo do candidato X é a Câmara dos Deputados. A área de atuação que lhe atrai é a carreira legislativa. Para alcançar seu alvo, ele terá de organizar seu planejamento levando em conta o que é exigido nesse tipo de concurso. É fundamental analisar editais e provas anteriores para o adequado dimensionamento do projeto. Vamos imaginar que, no percurso dos estudos vol-

tados para a Câmara, seja publicado o edital do concurso do Senado Federal ou da Câmara Legislativa do DF. Nesse caso, considerando-se que o marco inicial para estabelecimento do alvo foi a área de atuação, será perfeitamente possível (e desejável) direcionar os estudos para esses concursos. Afirmo isso porque as matérias, no geral, são afins. Não haverá fuga ao projeto original.

Imagine, entretanto, que seja publicado o edital para Auditor da Receita Federal. Nesse segundo caso, a área de atuação é afim? Ainda há afinidade nas matérias? Não. Embora haja uma verdadeira "tentação", especialmente, em razão do salário, não é conveniente se desviar do projeto inicial. Digo isso porque as matérias são muito diferentes. E são muitas matérias. O prazo para estudar é curtíssimo (em média, 60 dias). Eu sei que não é uma decisão fácil, mas o comprometimento com o alvo previamente estabelecido é fundamental para o seu alcance. A disciplina, aqui, será a ponte entre o alvo e sua realização.

2º exemplo – O candidato Y possui o sonho de se tornar um Agente da Polícia Federal. Atuar na área da polícia judiciária é o que lhe atrai. Considerando-se que esse concurso é publicado de tempos em tempos, e, levando-se em conta que, durante o ano, são publicados diversos concursos para as polícias civis, enquanto desenvolve seu projeto para a PF, esse candidato pode (e deve) realizar concursos para a polícia civil. Isso, além de ajudá-lo a "testar" seu conhecimento, poderá lhe render algumas aprovações para uma área que o atrai.

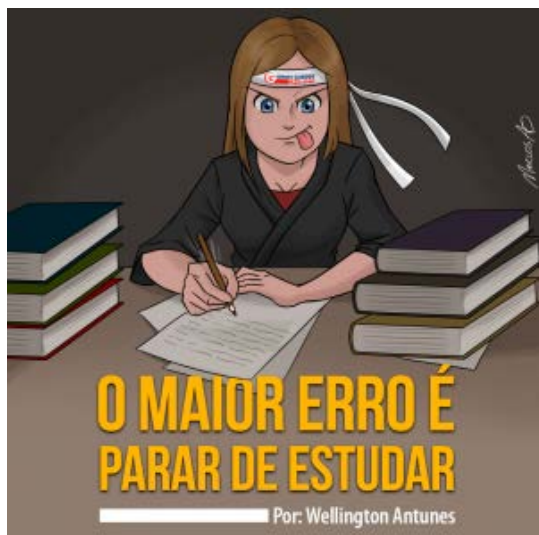
Nessa linha, vale destacar a frase "o sucesso nasce do querer, da determinação e persistência em se chegar a um objetivo. Mesmo não atingindo o alvo – num primeiro momento –, quem busca e vence, obstáculos, no mínimo, fará coisas admiráveis" (José de Alencar).

Se você percebe que não definiu, ainda, o seu alvo, "puxe o freio de mão" e priorize isso.

A definição do alvo é o ponto de partida para a realização do sonho.

Sucesso!

CONCURSANDO, SEU MAIOR ERRO É PARAR DE ESTUDAR!

"Mas o justo viverá pela fé; e, se ele recuar, a minha alma não tem prazer nele."
(Hebreus 10.38)

Não há dúvidas: parar de estudar é o maior erro que um concursando pode cometer.

Quando há desvios nas técnicas de estudos, nos materiais adquiridos ou na organização do tempo, sempre é possível retroceder, já que essas são situações sanáveis. Com atitudes objetivas, é possível corrigir esses erros e continuar a caminhada em busca do cargo público.

Entretanto, quando o concursando para de estudar, esse grave erro acaba absorvendo todos os demais. É uma medida extrema, na maioria dos casos, decorrente de diversas situações com as quais o concursando não está conseguindo lidar e, em virtude disso, acaba "sepultando" o seu projeto de mudança de vida.

Em minha jornada, já vi pessoas que param de estudar em virtude dos mais variados motivos. Seguem alguns exemplos:

- param de estudar porque o edital está demorando demais;
- param de estudar porque há notícias envolvendo a suspensão de concursos;
- param de estudar porque não aguentam mais esperar a aprovação;
- param de estudar porque estão cansadas;
- param de estudar porque reprovaram em um concurso (ou em vários!);
- param de estudar porque não aguentam mais a cobrança de terceiros;
- param de estudar porque acham que concurso é só para gênios;
- param de estudar porque terminaram o namoro;
- param de estudar porque não têm muito tempo para isso.

Enfim, são inúmeros os motivos pelos quais diversos guerreiros têm abando-

nado a batalha.

Para mim, como destaquei desde o título deste texto, esse é, sem dúvidas, o maior erro que um concursando pode cometer.

Digo isso porque tive a oportunidade de conversar com muitos (e muitos) concursandos que pararam de estudar. Escutei repetidamente "se eu não tivesse parado, hoje...". Para eles, a principal consequência dessa decisão foi o arrependimento, pois o sonho de ocupar o cargo público permanecia latente.

Ao analisarmos um pouco mais de perto essas "justificativas", podemos fazer algumas ponderações que detalharei a seguir.

1º – "Vou parar de estudar porque o edital está demorando demais" ou **"vou parar de estudar porque há notícias envolvendo a suspensão de concursos"** ou ainda, **"vou parar de estudar porque não aguentam mais esperar a aprovação"**.

Parar de estudar não resolve problema algum. Na verdade, tenho visto que essa decisão gera diversos outros problemas, especialmente a frustração decorrente do tempo perdido.

Aproveite essa "demora" no lançamento de alguns editais para se preparar melhor. Outra coisa, conduza sua jornada conforme o alvo que você possui. Não se desvie em virtude de notícias "bombásticas" do tipo "não haverá mais concursos".

Suspensão de concursos já houve diversas vezes, contudo, a máquina pública não parou. No passado, até houve um tempo maior para o lançamento de alguns editais, mas os concursos vieram.

Imagina que situação ruim: você está estudando, mas decide parar porque não está ouvindo falar do "seu concurso" no momento. Passa-se um certo tempo, e você recebe a "boa" notícia de que o edital foi lançado ou iminente.

E aí? Marque a alternativa:

Alternativa "a" – você chora.

Alternativa "b" – você sai correndo.

Brincadeiras à parte, eu já vi essa triste situação ocorrer com muita gente.

2º – "Vou parar de estudar porque estou cansado (a)".

O cansaço é uma constante em nossa vida. Se as nossas principais decisões dependerem da ausência dele, estaremos perdidos.

Nós vivemos em uma sociedade bastante agitada. Estamos "na correria" o tempo todo. O cansaço faz parte da caminhada de todos os que alcançam grandes vitórias.

Lembre-se: quanto mais ousado for o seu projeto, maior deverá ser o seu investimento nele, sobretudo em relação a esforço e dedicação. Nessa linha, o cansaço será uma realidade com a qual você deverá saber lidar.

3º – "Vou parar de estudar porque reprovei em um concurso público (ou em vários!)"; "vou parar de estudar porque não tenho muito tempo para isso".

O dia em que o resultado final de grandes concursos é publicado pode ser chamado de "o Dia D". Para os aprovados, representa a coroação de todo o esforço empreendido. A realização do sonho. Em relação aos que não alcançaram a aprovação, esse dia representa rumos diferentes, digo isso porque:

- uns vão verificar os motivos pelos quais não foi possível alcançar a aprovação e irão mudar a estratégia dali em diante;
- outros vão encontrar diversas justificativas para desistir do projeto.

Em qual grupo você se encaixa?

Eu reprovei em diversos concursos até alcançar a tão sonhada aprovação. Em cada novo concurso realizado, eu procurava não repetir os mesmos erros do anterior. Isso me ajudou na concretização do sonho. Eu confesso que tive a vontade de parar de estudar diversas vezes, mas não parei.

Eu trabalhava durante horas e horas, em pé, em um *shopping* de Brasília. Somente tinha tempo para estudar após as 23 horas (estudava até umas 2 ou 3 da manhã). Todas as vezes em que pensava em largar os estudos, eu me lembrava dos benefícios dos quais estaria abrindo mão. Então, continuava olhando para o alvo. Trabalhava de segunda a sábado. No tão sonhado domingo de folga, eu estudava uma média de 10 a 14 horas. Fácil não era, mas era o necessário para eu alcançar minha aprovação. Se eu tivesse parado, ainda estaria naquela situação.

Parar é a decisão mais cômoda. É a decisão mais fácil. É a que requer menos esforço. E sempre haverá "boas" justificativas.

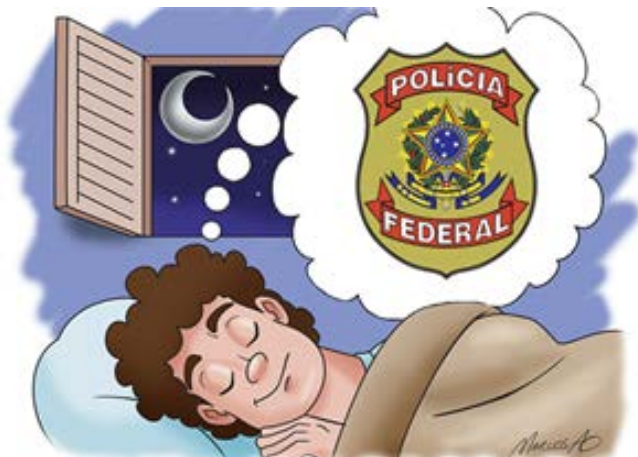
Mas, também, parar de estudar custará bem caro. Não falo apenas das finanças, mas, principalmente, do tempo perdido. Esse não tem como recuperar.

Se você estava pensando em parar de estudar, delete agora mesmo essa ideia. Se você parou, hoje é o dia para você retomar a caminhada. Não é amanhã ou semana que vem. Decida hoje mesmo voltar.

Atribui-se a Martin Luther King a frase: *"Se não puder voar, corra. Se não puder correr, ande. Se não puder andar, rasteje, mas continue em frente de qualquer jeito"*.

Faça isso e continue em busca de seu sonho.

Sucesso!

A ÂNCORA E OS NOSSOS SONHOS.

Quero, neste texto, abordar a questão da realização de sonhos. Normalmente, todos nós possuímos algum sonho. Há quem pretenda se casar; outros, finalizar um curso superior; há uns que sonham ser servidores públicos, empresários, advogados, médicos etc. Contudo, nem sempre a realização dos nossos sonhos vem na velocidade por nós planejada (ou desejada).

Nesses casos, precisamos lutar para não perder de vista o nosso alvo. Acompanhe comigo algo que achei, no mínimo, "intrigante": as embarcações, em especial as maiores e mais pesadas, utilizam âncoras nas situações em que há a necessidade de manter o navio em determinada localidade.

A âncora é um instrumento de ferro que, ligado ao navio por uma corrente, prende a embarcação no fundeadouro (ancorada). O que me intrigou nessa relação entre a embarcação e a âncora foi a seguinte informação a que tive acesso na Revista Superinteressante (n. 116): basta uma âncora de 20 toneladas para segurar um navio de 100 mil toneladas.

Veja que coisa espantosa, não é mesmo? Um objeto de 20 toneladas pode ser capaz de parar um navio de 100 mil toneladas. E o que isso tem a ver com os nossos sonhos? Há muitos (e muitos) sonhos extraordinários que estão "ancorados". Grandes projetos! Metas maravilhosas! Sonhos de "100 mil toneladas", cuja realização está parada (ancorada) por coisas bem pequenas. Cuidado com isso! Cuidado com as "âncoras" que, possivelmente, podem estar atrapalhando a realização de seus projetos.

Veja alguns exemplos dessas âncoras:

- desânimo;
- cansaço;
- negligência;
- ansiedade;
- pessimismo;
- medo;
- falta de disciplina;
- falta de perseverança;
- falta de fé; e
- falta de objetivo (foco).

Ainda há tantos outros! Eu estou envolvido (e comprometido) com o mundo dos concursos públicos há exatos 13 anos. Nessa trajetória, já perdi as contas de quantas pessoas não conseguiram alcançar seus sonhos por causa dessas "âncoras". Você não precisa entrar para essa multidão. Você pode mudar sua vida!

Talvez você tenha percebido a presença de alguma dessas "âncoras" em sua caminhada e, agora mesmo, é hora de "desancorar". Vamos sair do ponto em que estávamos parados e vamos prosseguir no "mar da realização dos sonhos". Lance fora tudo aquilo que esteja impedindo você de prosseguir.

Tenha fé! Seja perseverante! Alie-se à disciplina! Insira foco em seu projeto!

Assim, você poderá realizar seus sonhos. Assim, verdadeiramente, poderá mudar de vida! Pense nisso.

Sucesso!

10 MOTIVOS PARA PERSISTIR NOS ESTUDOS

Vocês não sabem que dentre todos os que correm no estádio, apenas um ganha o prêmio? Corram de tal modo que alcancem o prêmio.
(1 Coríntios 9.24)

Em uma competição esportiva – uma corrida de 100 metros rasos, por exemplo –, os competidores chegam à largada, preparam-se e, ao sinal dado pelo juiz, disparam em corrida. Em questão de 10 segundos, um dos atletas será o vitorioso. Esse será ovacionado. Será premiado.

Perceba: 10 segundos – tempo que separa a expectativa de vitória da concretização dela, a premiação.

Após a vitória, todos conhecerão o vencedor. Ele será colocado no lugar de destaque no *podium*.

Mas, para que essa vitória se concretizasse, foi necessária muita dedicação. Trabalho duro, de forma anônima, longe dos holofotes. Muitos querem chegar ao *podium*, mas pouquíssimos se preparam para aproveitar "os 10 segundos" que terão para colocar em prática tudo o que aprenderam durante o treinamento.

No mundo dos concursos, não é diferente. Dados da Agência Nacional de Proteção e Apoio aos Concursos (ANPAC) estimam que, pelo menos, 12 milhões de brasileiros almejam o *podium* – a aprovação em um concurso público.

Contudo, são poucos os que persistem nos estudos, com disciplina e determinação, ou seja, que se preparam de modo a, realmente, alcançar a realização de sonho.

Muitos fatores e circunstâncias desanimam e até paralisam alguns concursandos. Dentre essas circunstâncias, uma das que mais trazem tensão é, sem dúvida, a notícia da suspensão temporária e parcial dos concursos do Executivo Federal.

Não se desespere! É comum, especialmente em início de mandato, que o governo faça isso. Também são anunciadas essas medidas quando as contas públicas não fecham.

Fique atento! Essa não é a primeira e, provavelmente, não será a última vez

que ouvirá notícias assim.

E agora?! "Quem poderá nos defender"? O que fazer? Como reagir diante de notícias acerca da suspensão de alguns concursos?

Eu lhe respondo: **você precisar persistir nos estudos.**

Talvez você queira me perguntar: "mas por que persistir se estão falando que irão suspender os concursos?"

Vou lhe mostrar **10 motivos para persistir nos estudos.**

Um detalhe: eu hoje sou servidor público porque apliquei, na prática, o que irei te mostrar.

Acompanhe comigo:

1º motivo – a máquina pública não pode parar

Em todos os anos em que foi anunciada a suspensão de alguns concursos, na verdade, o que se percebeu foi que houve uma diminuição no número de editais lançados, porém, nunca houve a paralisação total de concursos públicos. O Estado não pode parar. Anualmente, em toda a Administração Pública, há milhares de vacâncias. Dessa forma, é possível que posterguem o lançamento de um edital ou outro; contudo, parar, totalmente, nunca ocorreu e, acredito, não ocorrerá.

2º motivo – o *podium* é para quem finaliza a corrida

Se você tem o objetivo de ver seu nome entre os aprovados, precisa continuar o treinamento, pois **quem desiste pelo caminho nunca chegará ao *podium*.**

3º motivo – o edital é o prêmio para quem estuda

É comum grande parte dos concursandos ficar ansiosos pela publicação de edital. Porém, o importante mesmo é você estar se preparando para essa publicação. Nunca se esqueça:

"o edital é um grande prêmio para quem estuda. Para os despreparados, o edital é um grande peso."

Aqueles que persistem nos estudos, a despeito das notícias *bombásticas*, estão se preparando para ser colocados no *podium*.

4º motivo – prazo entre a publicação de edital e a realização da prova

Entre a publicação do edital e a realização da prova, em média, o candidato tem, no máximo, 60 dias para estudar (salvo quando há exceções pontuais como, por exemplo, no Distrito Federal – 90 dias). Observe: esse prazo é bastante exíguo. Não é suficiente para uma preparação sólida. Sabe-se que os editais, nor-

malmente, trazem matérias novas.

Assim, terão grande vantagem nessa competição aqueles que, previamente, persistem nos estudos. Estes, sem dúvida, poderão aproveitar adequadamente os "10 segundos", ou seja, o dia da prova.

5º motivo – crescimento constante e gradativo

Quem persiste nos estudos, com bom aproveitamento do tempo que possui antes da publicação do edital, pode utilizar esse período como **vantagem competitiva sobre os demais concorrentes**, pois poderá crescer gradativa e constantemente. Aproveite o tempo que você possui para estudar, consolidar o que aprendeu, fazer muitos exercícios e revisar o conteúdo. **Esse ciclo lhe levará à vitória.**

6º motivo – conhecendo a banca e aprendendo a estudar

Conforme eu destaquei, após a publicação do edital, não há muito tempo para a preparação. Assim, aqueles que persistem nos estudos poderão conhecer bem a banca examinadora que organizará o concurso. Isso é fundamental.

Há vários concursandos que até possuem boa bagagem relativa ao conteúdo; porém, não conhecem a forma pela qual a banca explora as questões. Nesse ponto, você precisa fazer muitos exercícios elaborados por quem vai promover o seu concurso. Resolva provas anteriores. Aqui não há contraindicação. Abuse na quantidade. Assim você terá um resultado muito melhor quando chegar a hora "H", pois, provavelmente, já terá resolvido muitas questões com conteúdo praticamente idêntico ao que encontrará na prova.

Aproveite esse momento para estabelecer uma boa estratégia de ação. Agora é a hora de testar os métodos de estudos. Elaborar planilhas. Montar ciclos de aprendizagem, entre outras estratégias que possam contribuir para a sua aprovação.

Fique atento! Não basta estudar. Você precisa aprender a estudar. Saber estudar.

Isso é imprescindível para que você tenha o melhor rendimento possível e, no dia da prova, possa aproveitar ao máximo o tempo que terá para resolver cada questão.

7º motivo– estabilidade profissional

Sem dúvidas, esse é um dos principais motivos pelos quais muitos buscam o

serviço público. A **estabilidade**, apesar de não ser absoluta, é um porto seguro profissional.

Isso, por si só, é motivo de sobra para persistir firme nos estudos visando alcançar a estabilidade profissional.

Persista! Vale muito a pena!

8º motivo – autonomia financeira

A autonomia financeira, de certa forma, está correlacionada à estabilidade profissional. Trabalhar para o Estado é, sem dúvida, uma segurança no que tange à garantia salarial.

Isso faz toda a diferença em nossa vida. Quando há essa segurança, outros projetos podem ser desenvolvidos: a compra da casa, do carro, a realização daquela viagem dos sonhos, entre tantos outros.

9º motivo – benefícios diversos decorrentes do cargo público

Ao persistir nos estudos, você, além de alcançar a estabilidade profissional e a autonomia financeira, poderá ter, entre outros, os seguintes **benefícios**: plano de saúde; auxílio-creche; assistência à saúde no próprio órgão – inclusive com tratamentos odontológicos –, programas de pós-graduação, mestrado e, em alguns casos, até doutorado, custeados, total ou parcialmente, pelo órgão.

10º motivo – sonho realizado

Por fim, aqueles que persistem nos estudos conseguirão realizar o sonho. Isso, de certa forma, já está inserido em itens anteriores; contudo, neste último ponto, eu quero destacar o seguinte: sonho realizado significa, entre outras coisas, acordar e não ter a obrigação de estudar; poder se dedicar a outras atividades; tudo isso sem se sentir "condenado" como, geralmente, acontece durante a preparação.

E lembre-se: *"o encontro da preparação com a oportunidade gera o rebento que chamamos sorte."* (Anthony Robbins)

Sucesso!

VOCÊ QUER SER APROVADO EM UM CONCURSO PÚBLICO? ENTÃO...É HORA DE E.S.T.U.D.A.R!

Na preparação para concurso público, há uma frase sempre presente: **"você precisa estudar!"**

Estudar, estudar, estudar... esse é, sem dúvida, o núcleo de tudo, pois é a partir dele que você conseguirá realizar seu sonho – **a aprovação.**

Em uma visão um pouco diferente da que, geralmente, encontramos nos escritos acerca do estudo, compartilharei com você **sete pontos** que são de extrema importância no desenvolvimento de seu projeto.

Para os fins estritos deste texto, direi que **E.S.T.U.D.A.R. é:**

E. – Esforço;
S. – Superação;
T. – Treino;
U. – hUmildade;
D. – Disciplina;
A. – Atitude; e
R. – Realização.

Vamos conhecer o significado de cada um desses pontos importantes para a nomeação.

1 – ESTUDAR é Esforço

Segundo o Dicionário Aurélio, **esforço** é a mobilização de forças, físicas, intelectuais ou morais, para vencer uma resistência ou dificuldade, para atingir algum fim.

Querer ser aprovado não é o suficiente. Não basta ficar apenas desejando. É necessário correr atrás. Lançar-se de corpo e alma. Isso exige esforço.

Você tem uma meta a atingir? Então busque-a. Faça o que estiver ao seu alcance.

Enfrente e vença as resistências e as dificuldades. Elas sempre existirão.

"Esforça-te e seja corajoso". (Josué. 1.6)

2 – ESTUDAR é Superação

Superação deriva de superar. Entre outros significados, **superar** é vencer, dominar, livrar-se de, afastar, remover, exceder, ultrapassar.

A superação se interrelaciona com o esforço.

Aquele que pretende realizar um grande projeto, precisa, entre outras ações:

- vencer o desânimo;
- dominar a ansiedade; e
- livrar-se, afastar-se daquilo que não contribua para a concretização de sua vitória.

Supere-se a cada dia. Vá além.

Faça o que a maioria de seus concorrentes não faz. Com certeza, você chegará aonde a maioria deles não conseguirá chegar.

3 – ESTUDAR é Treino

Nessa trajetória, a repetição e a constância são itens fundamentais. Elas contribuem para nos tornarmos aptos e capazes para a continuidade na execução da tarefa. Diz o provérbio popular que **"a prática leva à perfeição".**

Da mesma forma, podemos dizer que o treino constante leva à capacitação; esta, por sua vez, à aprovação.

Treine constantemente. Isso sim fará diferença.
A cada dia, um "tijolo". Logo, logo "sua construção estará pronta"!

"Transportai um punhado de terra todos os dias e fareis uma montanha" (Confúcio).

4 – ESTUDAR é hUmildade

Valendo-me, novamente, do Aurélio, a **hUmildade** é definida como a "virtude que nos dá o sentimento da nossa fraqueza".

É comum ouvirmos que ninguém consegue executar, sozinho, todos os seus projetos. Precisamos uns dos outros. Não somos "100%" em todas as áreas. A humildade nos ajuda a entender que necessitamos de ajuda – intelectual, emocional, espiritual, familiar etc.

Há dois provérbios bíblicos bem enfáticos quanto à humildade.

"(...) a humildade antecede a honra." (Provérbios 15.33)
"O orgulho vem antes da destruição; o espírito altivo, antes da queda." (Provérbios 16.18)

Lembre-se: o humilde será honrado. É o que queremos. Desenvolva essa virtude.

"O topo da inteligência é alcançar a humildade". (A.D)

5 – ESTUDAR é Disciplina

A disciplina, intimamente vinculada ao treino, exige daquele que pretende chegar ao pódio um regime de obediência ao plano anteriormente estipulado. O estudo precisa de ordem. Você define o alvo. Estabelece a forma pela qual irá desenvolver seu projeto. Posteriormente, precisa cumprir aquilo que foi acordado.

"A disciplina é a alma de um exército; torna grandes os pequenos contingentes, proporciona êxito aos fracos, e estima todos". (George Washington)

6 – ESTUDAR é Atitude

Conforme destaquei no tópico acerca do ESFORÇO, querer ser aprovado não é o suficiente. Não basta ficar apenas desejando. É necessário correr atrás. Lançar-se de corpo e alma.

Isso exige atitude.

Pessoas de atitude:

- não ficam esperando todas as situações convergirem para iniciar grandes projetos;
- são determinadas;
- não supervalorizam as dificuldades;
- estão focadas no alvo;
- não desistem.

"Atitude é uma pequena coisa que faz uma grande diferença".
(Clarice Lispector)

7 – ESTUDAR é Realização

O desenvolvimento do projeto rumo à aprovação em concursos públicos não é fácil. Exige ESFORÇO, SUPERAÇÃO, TREINO, HUMILDADE, DISCIPLINA e ATITUDE.

Contudo, apesar das dificuldades inerentes, **nunca desista de seus sonhos.**

Lembre-se disso: "O gozo da vitória é sempre maior que as aflições da mais árdua trajetória".

Vale muito a pena!

Não se perca em meio aos obstáculos que se apresentam a nós. Dê ênfase para o seu objetivo.

Junte tudo isso (ESFORÇO, SUPERAÇÃO, TREINO, HUMILDADE, DISCIPLINA, ATITUDE) a bons materiais de estudo, a curso preparatório de qualidade, a horas de estudo... sabe qual será o resultado???

REALIZAÇÃO.

Se você quer mesmo ser aprovado, é hora de

E.S.T.U.D.A.R.

Sucesso em sua jornada!